

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI  
STUDIJ**

**MAGDALENA HOKMAN  
ZAVRŠNI RAD**

**UTJECAJ RODITELJSKOG ODGOJA NA  
EMOCIONALNI RAZVOJ DJECE**

**Čakovec, listopad 2018.**

**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA ODGOJITELJSKI STUDIJ  
ČAKOVEC**

**ZAVRŠNI RAD**

**Ime i prezime pristupnika: Magdalena Hokman**

**TEMA ZAVRŠNOG RADA: Utjecaj roditeljskog odgoja na emocionalni razvoj  
djece**

**MENTOR: prof. dr. sc. Andreja Brajša-Žganec**

**Čakovec, listopad 2018.**

## SADRŽAJ

SAŽETAK .....	1
SUMMARY .....	2
1.UVOD .....	3
2.RODITELJSTVO .....	4
2.1. Uloga roditelja .....	6
2.2. Kompetentan roditelj .....	7
2.3. Roditeljski odgojni stilovi .....	8
2.4. Rohnerov model roditeljstva .....	10
3. EMOCIJE .....	11
3.1. Važnost emocija .....	12
3.2. Dječji emocionalni razvoj .....	13
3.3. Dječje razumijevanje emocija .....	14
3.4. Temperament djeteta .....	15
3.5. Dječji internalizirani i eksternalizirani problemi .....	15
3.6. Dječje prosocijalno ponašanje i agresivnost .....	17
3.7. Regulacija emocija .....	18
4. EMOCIONALNA INTELIGENCIJA .....	21
4.1.Obitelj i emocionalno funkcioniranje .....	23
4.2. Koncept roditeljskih metaemocija i dječje psihosocijalne prilagodbe .....	24
4.3. Emocionalni život u obitelji .....	25
5. ZAKLJUČAK .....	27
LITERATURA .....	28
KRATKA BIOGRAFSKA BILJEŠKA .....	29

## **SAŽETAK**

Cilj ovog rada bio je opisati te objasniti kako roditeljski odgoj utječe na razvoj djeteta, a posebno na područje njegovog emocionalnog razvoja. Na početku rada objašnjen je pojam samog odgoja, što je odgoj, te što on podrazumijeva, te također i njegova važnost u djetetovu životu, odnosno u široj društvenoj zajednici. Odgoj predstavlja veliku odgovornost i zadaću roditelja, ali i cijelog društva. No, međutim samo odgojem ne postignemo krajnji rezultat, već je on predodređen i brojnim drugim faktorima kao što je temperament i osobnost djeteta, njegove sposobnosti, kultura društva u kojem ono odrasta, socijalni status, te mnogo drugih faktora. Ali mnogi znanstvenici tvrde da je roditeljski odgoj jedan od bitnih čimbenika djetetova ponašanja i djelovanja u društvu, te bitan u njegovu emocionalnom razvoju. Tako će se kroz rad također prikazati sam pojam roditeljstva, te sama uloga roditelja. Vezano uz pojam roditeljstva, postoje 4 roditeljska odgojna stila, a to su: autoritativan, autoritarni, popustljivi i ravnodušni odnosno zanemarivi roditeljski stil. Svaki odgojni stil jedinstven je, te je utjecaj na dijete neminovan. Međutim, autoritativni odgojni stil je jedini koji ima pozitivan utjecaj na dijete, no mnogi znanstvenici tvrde kako vrlo rijetko roditelji imaju samo jedan stil roditeljstva, već se oni međusobno isprepliću. Nadalje slijedi razvoj djeteta kao tjelesni, emocionalni, socijalni, kognitivni i mentalni. Pozornost je usmjerena ka emocionalnom razvoju. Što su emocije, kakav utjecaj imaju, kako se nositi sa pozitivnim i negativnim emocijama, kako ih regulirati. Faze emocionalnog razvoja mogu se podijeliti u tri skupine, a to su usvajanje emocija, diferenciranje i transformacija emocija.

Ključne riječi: odgoj, odgojni stilovi, emocije, emocionalni razvoj

## **SUMMARY**

The goal of this final paper is to describe and explain how parental upbringing affects on child's development, especially emotional. The term of upbringing itself, what is it, what does it imply and also importance of it in the child's life and wider social community is explained at the beginning of the final paper. Upbringing of the child is a great responsibility and task for parents and the whole society. However, only the upbringing does not achieve the ultimate result. It's determined by many other factors such as temperament and personality of a child, the culture of society in which the child grows, social status and many others. Many scientists claim that the parental upbringing is one of the most important facts in child's behavior and acting in society, also in emotional development of the child. So, the parenthood and the role of the parents in the child's life will be presented in this final paper. There are four styles of parenting: authoritative style, authoritarian style, permissive style and indifferent style. Every of them is unique and has his own affect on child. However, authoritative style is the only one which has a positive affect on the child, but many scientists claim that parents have only one style of parenting very rarely. Usually, that styles are interwoven. This final paper also follows the physical, emotional, social, cognitive and mental development of the child. Attention is focused on emotional development. What are the emotions? What influence they have? How to deal with positive and negative emotions? How to regulate them? The stages of emotional development can be divided into three groups: adoption of emotions, differentiation and transformation of emotions.

Key words: upbringing, parenting (upbringing) styles, emotions, emotional development

## **1.UVOD**

Što je odgoj, koje vrste roditeljskih odgojnih stilova postoje, kakav utjecaj imaju na dijete i njegov emocionalni razvoj, odgovori na ova pitanja slijede u nastavku rada.

Odgoj je temeljni pojam pedagogije – znanosti o odgoju. Odgoj je jedna od temeljnih potreba čovjeka i društva. Zahvaljujući njemu, čovjek je postao čovjekom, društvenim bićem, bićem zajednice. Odgoj se, međutim, ne usmjerava samo onome što jest, nego mnogo više onome što treba biti. U sebi nosi sintezu prošlosti, sadašnjosti i budućnosti. Odgoj je proces socijalizacije djece koju pomaže i potiče generacija odraslih. Odgoj je proces koji praktično nikad ne prestaje. Odgojem u djece potičemo pozitivna intelektualna, emocionalna i voljna svojstva te razvijamo pozitivne crte karaktera i slobodnu demokratsku ličnost-osobnost.

Odgoj je riječ koja sama po sebi ima svoju težinu, pa se roditelji, odgojitelji, učitelji i svaki čovjek koji se u bilo kojem smislu susreo sa odgojem u praksi, odnosno njegovom težinom, sigurno često zapitao „Što trebam učiniti da bih dijete dobro odgojio?“ Muškarac i žena kada postanu roditelji, nerijetko su obasipani savjetima o dobrom odgoju sa svih strana. Međutim, oni ubrzo postanu svjesni da je teorija jedno, a praksa nešto sasvim drugo, te da isti odgojni postupci ne vrijede za svako dijete, jer baš kao i odrasli, tako i svako dijete ima svoje individualne potrebe, sposobnosti, želje. U prošlim stoljećima tome se nije pridavala važnost, ali u ovom stoljeću, gotovo će svaka osoba sa zdravim pogledom na život tvrditi isto, a to je da su otac i majka jednako važni. Međutim, čak i u ovoj tvrdnji je teorija jedno, a praksa nešto sasvim drugo. Pogledavši odgoj iz bilo kojeg kuta, činjenica je da on ima značajan utjecaj na razvoj djeteta, a u ovom radu posebna se pozornost posvećuje na utjecaj odgoja na emocionalni razvoj djece.

Utjecaj roditelja na dječji razvoj niti je toliko presudan koliko su to smatrali neki istraživači, niti je toliko nevažan koliko to tvrde današnji kritičari (Brook, Goldstein, 2005).

## **2. RODITELJSTVO**

Pojam roditeljstva je relativno jasno određen, treba ga promatrati kao socijalni proces koji se događa unutar nekog karakterističnog prostora i vremena. Zajedno s promjenama u široj društvenoj zajednici mijenjaju se zadaci roditelja, a time se i mijenja i definicija roditeljstva. Demografske promjene, povijesni događaji, kulturne norme i vrijednosti, razvoj i promjene u obitelji uvjetuju promjene u poimanju roditeljstva i zadataka koji se postavljaju pred roditelje (Klarin, 2006).

Roditeljstvo se također odnosi na nepresušni niz različitih procesa koji se sastoje od zadataka, uloga, pravila, komunikacija i međuljudskih odnosa koji odrasli ostvaruju u kontaktu sa djetetom. Dijete traži smjernice za razvoj vještina nužnih u rješavanju sukoba, razvoj vještina komunikacije, suočavanje s porazom i pobjedom. Svim ovim vještinama roditelji više ili manje vladaju, a njihovo poučavanje i prenošenje zajedničkim jezikom možemo nazvati odgojem (Klarin, 2006).

Može se reći kako je roditelj, odgajatelj, odnosno kako roditeljstvo znači odgoj. Izrazito je zahtjevna uloga roditelja, a roditelj podrazumijeva bezbroj drugih različitih uloga, od prijatelja, savjetnika, psihologa, učitelja. Roditelj ima uz sve druge uloge u životu kao radnika, supružnika, prijatelja, sina, kćeri, obavezu biti roditelj svakog dana, 24 sata dnevno, 365 dana u godini. To je izrazito težak posao i velika odgovornost.

Budući da je, za razliku od manipulacije, moguće samo kao su-djelovanje u slobodi, odgoj se zbiva tamo i jedino se tamo može zbivati gdje se poštuje i razvija osobnost onih koji u odgoju sudjeluju, tj. koji međusobno odgojno djeluju. To upravo znači da je odgoj djelovanje utemeljeno u poštovanju drugog kao drukčijeg, samosvojnog, autonomnog, slobodnog bića. To nadalje znači da je odgoj u biti uvijek odgoj za pluralizam vrijednosti, pretpostavki, vjerovanja, mišljenja, odnosno načine života koje ljudi razvijaju kao svoje i u kojima se očituje njihova osobnost. Ali kao su-djelovanje u slobodi to poštovanje mora biti uzajamno. Odgajati dakle znači razvijati drugoga kao drukčijega, koji drži do svoje osobnosti, ali koji isto tako drži i do osobnosti drugih ljudi. I to ne samo zato što misli da pravo na vlastitu osobnost mora platiti pravom drugima da budu drukčiji, nego zato što je svjestan da je osobnost u biti moguća tek s različitošću ljudi koji se u svojoj različitosti ipak međusobno uvažavaju i komuniciraju otvarajući kroz tu komunikaciju, baš svojom posebnosti, drugima nove mogućnosti osobnog razvoja. Drugim riječima, odgoj se zbiva tamo i

tada gdje se zbiva drugi i drukčiji čovjek kojem je drugi i drukčiji čovjek najveća potreba, te sam biva čovjekom pomažući drugome da to bude (Polić, 2005).



## **2.1. Uloga roditelja**

Uloga roditelja nije „prirodno“ ponašanje uvjetovano potrebom za redukcijom. Roditeljstvo uključuje brigu, odgoj, pružanje pomoći i potpore tijekom socijalizacije u drugim socijalnim okruženjima. Roditeljstvo je socijalni proces, ono čini dinamički uzajaman odnos. Višedimenzionalnost roditeljstva čini složenim. Određeno je različitim ponašanjima i vještinama kojima se roditelj koristi u komunikaciji s djetetom. Uloga roditelja se mijenjala kroz povijest. Socijalne promjene tijekom devetnaestog stoljeća koje su rezultat ekonomskih promjena, siromaštva, promjena mjesta stanovanja i raspada tradicionalne obitelji, uzrokovale su brojne promjene u roditeljstvu. Odgoj treba promatrati kao dio socijalnog konteksta, a ne smije se zaboraviti da je cilj odgoja upravo pripremiti dijete da postane član društvene zajednice (Klarin, 2006). Uloga očeva i majki se kroz povijest također mijenjala. Danas su očevo i majke gotovo izjednačeni. Jednako materijalno pridonose obitelji, a i uloga oca postaje sve veća. Ne vidi se po mnogočemu razlika između oca i majke. Oboje su zaduženi i snose jednaku odgovornost po pitanju odgoja vlastitog djeteta. Djeca osjećaju jednaku privrženost prema oba roditelja. Dužnost roditelja je da vlastitim primjerom pokažu djeci kako da postanu otporna.

Otpornost predstavlja djetetovu sposobnost da se uspješno nosi sa stresom i pritiskom, da se suočava sa svakodnevnim izazovima, da se može oporaviti od razočarenja, neprijateljstava i trauma te si postaviti jasne i realne ciljeve, kao i djetetovu sposobnost da rješava probleme, da s lakoćom uspostavlja odnose s drugima, te da se prema sebi i prema drugima odnosi s poštovanjem (Brooks, Goldstein, 2005).

Otpornost je zapravo jedna od najbitnijih osobina roditelja, te nam ona dokazuje zbog čega neka djeca uspiju prevladati ogromne prepreke, boreći se rukama i nogama na svome putu, dok druga postanu žrtve svojih iskustava i okruženja.

Ono što roditelji imaju je moć, u društvenom, ekonomskom, tjelesnom i emotivnom smislu. Ključnu ulogu za dobrobit i razvoj djeteta ima način na koji se roditelji koriste svojom psihološkom i tjelesnom moći. Način na koji roditelji upotrebljavaju svoju moć najjače određuje hoće li dijete dobiti mogućnost da potpuno iskoristi svoj osobni i društveni potencijal (Juul, 2008).

## **2.2. Kompetentan roditelj**

Kompetentan roditelj razmišlja o odgoju svojega djeteta kao o izazovu koji može i zna prihvatiti te izazovu kojemu je dorastao jer posjeduje za to potrebne vještine i znanja. Štoviše, kompetentan roditelj djetetu kontinuirano pruža važna životna zadovoljstva i osjećaje uspješnosti. Svoje viđenje kompetentnoga roditelja cjelovito i jasno daju Maleš i Kušević (2011) te naglašavaju da pedagoški kompetentan roditelj vješto koristi osobne i izvanjske resurse u vođenju djeteta u djeteta u procesu njegova sazrijevanja. Pedagoške kompetencije roditelja podrazumijevaju obiteljske interakcije, osobito odnos roditelj i dijete o čijoj kvaliteti ovisi zadovoljstvo i sigurnost roditelja kao i uspješnost djeteta (Golombok, 2000., Ljubetić, 2007., Pećnik i Starc, 2010). Iz navedenih teorijskih određenja koja govore o kompetentnom roditeljstvu moguće je izdvojiti neke osobine koje bi pedagoški kompetentan roditelj trebao posjedovati. Zasigurno, jedna od temeljnih kompetencija jest posjedovanje nužnih pedagoških i psiholoških znanja o djeci te vještine potrebne za odgoj djece primjeren njihovoj dobi i sposobnostima. No, kako bi to ostvario, roditelj treba biti usmjeren na stalno stjecanje novih i proširivanje postojećih znanja, vještina i stavova u svezi s djecom, odgojem i njegovim humanim vrijednostima. Suprotno navedenom, roditeljsku nekompetenciju obilježava: neznanje, nesigurnost, nezadovoljavajući odnos s djetetom te, kao prirodna posljedica, doživljaj tereta roditeljstva. Baveći se istom problematikom Ljubetić (2012) naglašava da je temeljna roditeljska zadaća oblikovati pedagoški kontekst (okruženje i ozračje) u kojem će dijete rane i predškolske dobi optimalno zadovoljiti svoje primarne potrebe i razviti svoje potencijale. Na taj način dijete uči kako učiti, stječe kompetencije neophodne za uspješno trenutno i buduće djelovanje u društvu, naglašava ista autorica. Slijedom navedenog, moguće je istaknuti da kompetentan roditelj stalno uči, istodobno omogućava svojem djetetu učenje u skladu s njegovim razvojnim osobitostima. Međutim, poznato je da za mnoge roditelje danas veliki problem predstavlja usklađivanje roditeljstva i rada izvan kuće, odnosno kako balansirati između zahtjeva profesije i održavanja skladnoga obiteljskog života u ozračju pozitivnog roditeljstva, odnosno kako uskladiti ranu i roditeljsku ulogu. Zbog ubrzanog načina života danas su se promijenili postupci odraslih osoba prema djeci. Svako dijete treba pažnju, strpljenje i vođenje odraslih te prilagođavanje njihovom ritmu života koji je znatno sporiji od suvremenog načina života, naglašavaju Juul i Jensen (2010). Upravo nestrpljenje, nepoznavanje, nerazumijevanje djetetovih individualnih i razvojnih

potreba kao i njihovo dulje izbivanje iz obitelji često su razlozi slabljenja odgojne funkcije suvremene obitelji. Pozitivno roditeljstvo može se odrediti kao roditeljstvo koje promiče razvoj pozitivnih odnosa između roditelja i djeteta i optimiranje djetetova razvojnoga potencijala, a to je roditeljstvo u najboljem interesu djeteta (Jurčević-Lozančić, Kunert, 2015).

### **2.3. Roditeljski odgojni stilovi**

**Autoritativan roditeljski stil** rezultira maksimalnom potporom i poštovanjem, uz postavljanje jasnih granica ponašanja. Autoritativan roditelj je otvoren, pokazuje ljubav, pruža potporu djetetu, potiče ga, ali uz sve pozitivne osobine, jasno daje djetetu određena ograničenja. Uz ovaj odgojni stil koji ima pozitivne učinke na razvoj djeteta, djeca autoritativnih roditelja imaju pozitivnu sliku o sebi, izrazito su razvijenih socijalnih vještina, sposobnosti regulacija emocija, te manifestiraju pozitivne oblike ponašanja.

**Autoritarni roditeljski stil** uključuje visoku razinu kontrole i nadzora. Autoritarni roditelj je iznimno strog, predstavlja nerealno visoke zahtjeva, te u njihovom ostvarenju upotrebljava silu. Ne pokazuje toplinu i ljubav prema djetetu, ali zato pokazuje moć i dominaciju u odnosu na dijete, te od njega očekuje poštovanje pravila, bez objašnjenja. Djeca autoritarnih roditelja koriste se agresijom kao stilom ponašanja. Pokazuju nisku razinu prosocijalnog, a visoku razinu agresivnog i samodestruktivnog ponašanja.

**Popustljivi roditeljski stil** uključuje visoku razinu ljubavi i topline, ali vrlo nisku razinu kontrole. Popustljivi roditelji nemaju jasnu definiciju pravila ponašanja, te ne pružaju svojoj djeci jasnu i strogu strukturu, te su također fleksibilni u postavljanju i ispunjenju zahtjeva. Popustljivi roditeljski stil onemogućuje djetetu stjecanje normi i pravila ponašanja. Djeca popustljivih roditelja često su impulzivna i nezrela, depresivna, nezrela, te zbog takvog ponašanja često upadaju u aktivnosti poput drogiranja, alkoholiziranja, te vandalizma.

**Ravnodušni/zanemarivi roditeljski stil** obilježava nisku razinu i ljubavi i nadzora. Roditelji ne pokazuju prema djetetu ljubav, niti nadzor i kontrolu. Ravnodušni roditelji ne pokazuju interes za dijete, za njegove želje, potrebe, uspjehe i neuspjehe. Djeca ravnodušnih roditelja su neposlušna i zahtjevnost, ne uspijevaju regulirati emocije, te često koriste antisocijalne oblike ponašanja ( Juul, 2008).

## **2.4. Rohnerov model roditeljstva**

Autor ovog modela pretpostavlja postojanje samo jedne dimenzije roditeljstva i to roditeljsku toplinu. Ova dimenzija ima dva pola – roditeljsko odbijanje i roditeljsko prihvatanje. Roditeljsko odbijanje uključuje odsutnost roditeljske topline, dok roditeljsko prihvatanje uključuje roditeljsku toplinu. Razlikuje dva tipa roditelja, onog roditelja koji prihvata svoje dijete, koji ga verbalno i fizički podupire, mazi, hvali i potiče, te onoga koji odbija dijete i pokazuje neprijateljstvo i ljutnju prema njemu. Autor navodi kako je roditeljsko odbijanje i neprihvatanje povezano s problemima u ponašanju, slikom o sebi, lošim školskim postignućem, anksioznošću, nesigurnošću.

Istraživanja upućuju na kratkoročne i dugoročne ishode roditeljskog stila. Roditeljsko odbijanje ima posljedice na socijalni i emocionalni razvoj djeteta. Djeca koja odnos roditelja percipiraju odbijajućim u većoj mjeri pokazuju agresiju i neprijateljstvo prema drugima, te imaju slabije samopoštovanje i osjećaj kompetentnosti. U dječjoj dobi efekti su vidljivi u vršnjačkim interakcijama, dok su u odrasloj dobi vidljive posljedice na ličnost i ponašanje pojedinca.

Prihvatanje - verbalni znakovi: hvaljenje, davanje komplimenata, upućivanje lijepih riječi; fizički znakovi: ljubljenje, grljenje, milovanje.

Odbijanje – verbalni znakovi: psovanje, upućivanje neprijateljskih i okrutnih riječi, sarkazam; fizički znakovi: udaranje, grizenje, grebanje, guranje, povlačenje; neverbalni znakovi: fizička i psihička odsutnost, zanemarivanje djetetovih potreba (Rohner, 1984; prema Klarin, 2006).

### 3. EMOCIJE

Emocije su moćni strojevi koji ljude pokreću iznutra (Slunjski, 2013).

Emocije su jedan od najvažnijih činitelja koji utječu na cjelokupno funkcioniranje pojedinca i imaju glavnu ulogu u interpersonalnom životu (Brajša-Žganec, 2003). Bili odrasli ili djeca, svaki čovjek na svoju okolinu reagira emocionalno. U početku se emocionalni život odnosi na dva opća stanja pobuđenosti a to su: privučenost ugodnim podražajima i povlačenje pred neugodnim podražajima.

Kasnije dolazi do izražavanja temeljnih emocija (radost, interes, iznenađenje, strah, ljutnja, tuga i gađenje), koje se mogu vidjeti na izrazu lica. Djeca osjećaju kada su im bližnji u lošem emocionalnom stanju i to se na njih odražava, što može ozbiljno naštetiti njihovom emocionalnom razvoju (Berk, 2008). Emocije se tumače isticanjem važnosti pojedinih afektivnih, kognitivnih, fizioloških i bihevioralnih značajki. Suvremene teorije emocija mogu se podijeliti na evolucijske, psihobiološke i psihološke (Brajša-Žganec prema LaFreniere, 2000). U psihološke teorije emocija ubrajaju se psihodinamske i kognitivne teorije, te razvojne perspektive u proučavanju emocija. Freudova psihoseksualna teorija naglašava veliku nesvjesnu ulogu emocija i emocionalnih konflikata u ponašanju pojedinaca putem obrambenih mehanizama kojima ego iskrivljuje realnost i štiti pojedinca, dok Eriksonova psihosocijalna teorija pridaje veću važnost racionalnoj i prilagodljivoj strani ljudske prirode, a konflikti se na pozitivan ili negativan način savladavaju u psihosocijalnim fazama razvoja (Fulgosi, 1985; LaFreniere, 2000; Vander-Zandre, 1993 prema Brajša-Žganec, 2003).

Za sve teorije emocija zajedničko je da se emocije sastoje od niza povezanih reakcija na određeni događaj ili situaciju. Emocije uključuju odnos pojedinaca s nekim objektom ili događajem, prepoznatljivo mentalno stanje i emocionalno izražavanje. Tri osnovna obilježja emocija odnose se na fiziološke promjene, subjektivno iskustvo i manifestiranje ponašanja (Brajša-Žganec, 2003).

Emocije su u većini slučajeva popraćene različitim izrazima lica, tjelesnom napetošću, glasovnim reakcijama, crvenilom ili bljedoćom lica, smijehom, plačem, povlačenjem u stranu ili približavanjem (Slunjski, 2013). One su sastavni dio svakog ljudskog bića, te mnogi autori tvrde kako u čovjeku postoji razum i emocije. Razum se njeguje učenjem, razmišljanjem, propitivanjem, a emocije topline, ljubavlju, razumijevanjem i prihvatanjem.

### **3.1. Važnost emocija**

Ako dijete odrasta u obitelji koja otvoreno govori o osjećajima, ono će ih lakše znati izraziti. Također, ono će biti svjesno tuđih emocija. Dijete se prvo mora upoznati s emocionalnim rječnikom kako bi se na pravilan način moglo izraziti. To se može postići crtežima i razgovorom s djecom u kojem se ona prisjećaju kako su reagirali u određenim situacijama. Važnost razumijevanja tuđih emocija pronalazimo u odnosima koje želimo postići s drugim ljudima. Osim verbalne komunikacije, postoji i ona neverbalna koja je zastupljena u većoj mjeri. Za dijete je potrebno da dekodira neverbalne znakove kako bi ostvarila što bolju komunikaciju i odnose. Isto kako dijete uči izražavati svoje emocije, ono ih mora naučiti kontrolirati. Često se događa da razgovorom ne možemo umiriti prestrašeno ili ljuto dijete, no ono mora samo sebe smiriti kontrolirajući svoje emocije. Kako bi dijete postiglo emocionalnu kontrolu mora biti svjesno svojih emocija i mora ih predvidjeti kako bi se na vrijeme smirilo. Ukoliko dođe do svađe, dijete može upotrijebiti tehniku pregovaranja kako bi se izbjeglo nasilje i negativne emocije. Snažne negativne emocije kao što je trauma mogu ozbiljno naštetiti djetetu ukoliko se ne tretiraju. Ukoliko dijete ne želi razgovarati o svojoj traumi znači da je još u stanju šoka. Ono će razgovorom biti uznemireno, no dugoročno će mu pomoći ublažiti traumu. Dijete bi trebalo navoditi na pozitivno razmišljanje, kako bi bilo svjesno da će iza traume doći nešto dobro. Pozitivno razmišljanje odbacuje negativne emocije. Pet načela za stvaranje pozitivnih scenarija tako predstavljaju put prema uspješnijim odgojnim metodama, te prema stvaranju pozitivnih scenarija. Nužno je razumjeti porijeklo negativnih scenarija i prepreka za njihovo mijenjanje. Pet načela će pomoći da se razvije konstruktivan mentalni sklop, no međutim, žele li roditelji razviti mentalni sklop otpornosti kod djeteta, moraju davati primjer takva mentalnog sklopa vlastitim ponašanjem. Prvo načelo je prihvaćanje da je svatko sam odgovoran za promjene, a naglasak je što roditelji mogu napraviti, odnosno što oni mogu promijeniti, početi s pitanjem što se mora raditi drukčije. Drugo načelo predstavlja znanje o problemu, te o cilju, dakle, treba odrediti korijen problema, te cilj za rješavanje istog. Treće načelo je znanje o dosad učinjenom i zašto to nije donijelo uspjeh, Nakon što se problem opisao i odredio cilj, mora se razjasniti zašto dosadašnji pristup nije uspio. Četvrto načelo glasi „Tražite i naći ćete-svaki problem ima pozitivno rješenje, dok peto načelo govori da ako se desio neuspjeh, treba pokušati ponovo (Brooks, Goldstein, 2005).

### 3.2. Dječji emocionalni razvoj

Faze emocionalnog razvoja, prema mnogim autorima dijele se na: usvajanje emocija, diferenciranje i transformacija emocija.

**Usvajanje emocija** odnosi se na izražavanje i percepciju emocija. Faza usvajanja emocija uključuje refleksne reakcije, karakteristike temperamenta te usvajanje određenih emocionalnih obilježja. Faza usvajanja emocija odvija se u ranom djetinjstvu. Djeca od rođenja u interakciji s okolinom pokazuju svoje osjećaje te uče prepoznavati i kontrolirati emocije. Pozitivne emocije kao što su sreća, iznenađenje, te negativne emocije kao što su ljutnja, tuga, stah, smatraju se osnovnim emocijama i prepoznaju se u vrlo ranom djetinjstvu (Brajša-Žganec, 2003).

**Diferenciranje emocija** odnosi se na povezivanje i odvajanje izraza i osjećaja prema određenom kontekstu ili ponašanju. U fazi diferenciranja dolazi do modifikacije signala iz okoline, odnosno dekodiranja emocija koje dijete prima iz svoje okoline, pri čemu se taj proces odvija pod utjecajem učenja te prvenstveno obiteljskih obrazaca ponašanja, a emocionalne reakcije povezuju se s novim kontekstom. Ova faza uključuje strategije koje su usklađene s društvenim očekivanjima, a omogućuje minimaliziranje ili pretjerano naglašavanje izražavanja emocija kao i prikrivanje nekih emocija. U ranom djetinjstvu djeca u interakciji sa svojim roditeljima diferenciraju i modificiraju svoje izražavanje emocija te oponašaju roditelje i tako stvaraju obiteljske obrasce ponašanja (Brajša-Žganec, 2003)

**Transformacija ili reorganiziranje emocija** je proces u kojem određeno emocionalno stanje transformira načine i procese razmišljanja, te mijenjanje emocionalnih procesa iskustvom. Ona uključuje dva različita procesa. Prvi se odnosi na način na koji određeno emocionalno stanje transformira procese razmišljanja, učenja ili pripreme za reakciju u tom stanju, a drugi se odnosi na to kako se sam emocionalni proces mijenja iskustvom i znanjem tako da se kontekst i značenje emocija javljaju kao konstrukcija svakog pojedinca. Pritom emocija može ostati jednostavna, ali se može i transformirati u cjelokupni sustav mišljenja i ponašanja. Na primjer, tuga se može pomiješati s krivnjom i strahom, što dovodi do negativne slike djeteta o samom sebi, potištenosti, a može voditi i u depresiju. U fazi transformacije emocija koja je najsloženija i najmanje istražena dolazi do povezivanja emocionalnog iskustva i verbaliziranja istog, do miješanja emocija i njihovih transformacija (Brajša-Žganec, 2003).



### **3.3. Dječje razumijevanje emocija**

Djeca emocije doživljavaju drugačije nego odrasli. Kod njih su emocije jednostavne i spontane, česte su i kratkotrajne, snažne i nestabilne. Djeca svoje emocije izražavaju otvoreno i ne znaju se suzdržavati. Dijete kroz emocionalni razvoj prolazi kroz stadije emocionalnog izražavanja, emocionalnog razumijevanja, razvoj empatije, razvoj emocija samosvijesti, razvoj privrženosti i socio-spoznajni razvoj koji uključuje pojam o sebi, samoopis i samovrednovanje, svijest o drugima i samoregulaciju (Berk, 2008).

Razumijevanje emocija uključuje djetetovu sposobnost prepoznavanja vlastitih osjećaja i razumijevanje povratnih informacija povezanih s tim osjećajima, te procese povezanosti emocija i vanjskih događaja. Individualne razlike u razumijevanju emocija ovise o interpersonalnim činiteljima, posebno kognitivnim i jezičnim sposobnostima. Mala djeca razumiju emocije zavisno od kognitivnih procjena u socijalnim interakcijama, pri čemu sa starijom dobi raste sposobnost identifikacije emocionalnih izražaja i situacija te razumijevanja vlastitih i tuđih emocija. Dijete počinje objašnjavati putem kognitivnih procesa emocionalne reakcije iz okoline. S dobi raste sposobnost emocionalnog razumijevanja (Brajša-Žganec, 2003).

Tako u dobi od dvije godine djeca počinju razvijati maštu, a samim time se razvijaju i strahovi. Do 4. godine djeca imaju brojne strahove, a ono što ih najčešće izaziva je neočekivanost. Ljutnja je tada posebno izražena fizičkim iskazivanjem emocija. U toj se dobi javlja i ljubomora, najčešće u odnosu braće i sestara. Javlja se i humor, odnosno smisao za smiješno. Od 5. godine počinje strah od imaginarnih bića. Počinju i stvarni strahovi kao što je ozljeda. Ljutnja se počinje verbalno manifestirati. Nakon 5. godine pojavljuje se ljubomora izvan obiteljskog doma, a u ljutnji se sve rjeđe pojavljuje direktna agresija. (Starc i sur., 2004). Pokazatelji dobrog emocionalnog stanja djeteta su dječja sposobnost kontroliranja širokog raspona emocionalnih doživljaja i prikladnih reakcija u tim emocionalnim situacijama. Djeca koja su ovladala svojim emocionalnim doživljajima smatraju se emocionalno kompetentnim. Emocionalna kompetencija uključuje dječju sposobnost prikrivanja emocija kao i vidljiva ponašanja koja otkrivaju doživljena emocionalna iskustva. Istraživanja emocionalne kompetencije uključuju istraživanje regulacije emocija, reaktivnosti, razumijevanja emocija te razvoj samovrednovanja (Brajša-Žganec, 2003).

### **3.4. Temperament djeteta**

Temperament je sklop bihevioralnih dispozicija koje tvore karakterističan način na koji osoba izražava emocije i raspoloženje. Opisuje se riječima kao reaktivan, automatski, spontan i nesvjestan, čime se ukazuje da se radi o dijelu ličnosti koji nije pod utjecajem slobodne volje. Danas prevladava mišljenje kako je temperament u najvećoj mjeri određen rođenjem, ali ga je moguće modificirati učenjem. On opisuje djetetov stil ponašanja, ne odražavajući toliko što dijete čini, već kako to čini (Vasta, Haith i Miller, 1997 prema Sindik, Bastra-Frljić, 2008).

Neka su djeca aktivnija i energičnija, druga su mirna i povučena. Djeca koja su aktivnija i energičnija pripadaju skupini djece lakog temperamenta. Oni su snalažljivi, te su pozitivnog raspoloženja, zbog prihvatanja utjehe s roditeljima stvaraju toplu emocionalnu vezu. Djeca koja su povučena i općenito pasivnija pripadaju skupini djece teškog temperamenta, a ona teško uspostavljaju emocionalne veze, nerijetko su negativna, te u roditeljima pobuđuju osjećaje straha, odgovornosti, nervoze. Djeca lakog temperamenta lako iskazuju svoje emocije i shvaćaju tuđe, zbog toga je u emocionalnom razvoju, ali i drugim područjima razvoja, napredak neupitan. Dok s druge strane djeca teškog temperamenta teško uspostavljaju emocionalne veze, te teže razumiju svoje i tuđe emocije, pa je napredak u emocionalnom razvoju, ali i drugim područjima doista težak. Međutim, temperament se može mijenjati, naravno, ne u potpunosti. Djeca s vremenom mogu drugačije reagirati na neke podražaje. Također, osim gena, na djetetov temperament velik utjecaj ima i okolina. Tako će djeca koja su odrasla u obitelji koja razgovara o svojim emocijama, koja je otvorena, spremna na kompromis biti slobodnija, odnosno, lakše će se nositi sa pozitivnim i negativnim emocijama, suprotno od djece koja dolaze iz obitelji koja je zatvorena, odnosno koja sakriva svoje emocije. Okolina je ta koja bi trebala biti u skladu s djetetovim temperamentom i pritom ga poticati na adaptivnije funkcioniranje. (Berk, 2008).

### **3.5. Dječji internalizirani i eksternalizirani problemi**

Pojavljivanje poremećaja i specifičnih simptoma kod djece, prekriveno je razvojnim promjenama. Pod poremećajima u ponašanju odnosno eksternaliziranim poremećajima uključeno je bježanje od kuće, uništavanje imovine, ranu seksualnu aktivnost, agresivno i antisocijalno ponašanje, dok se u unutarnje odnosno internalizirane poremećaje ubrajaju simptomi poput panike, anksioznosti, zabrinutosti. Djeca sa internaliziranim problemima pokazuju povučenost, strah, anksioznost, pri čemu ono ima prvenstveno problema sa samim sobom. Dijete sa eksternaliziranim problemima u ponašanju manifestira pozitivnu afektivnost, ali njome stvara probleme drugima iz svoje okoline. Rizični činitelji za pojavu poremećaja u predškolskoj dobi povezani su s nasljednim osobinama, razvojnim problemima koji mogu biti bihevioralne i kognitivne prirode, te okolinskim činiteljima, poseban naglasak se stavlja na ulogu roditelja. Međutim, kao što je već spomenuto, karakteristike temperamenta povezane su s poremećajima u ponašanju kao i emocionalnim poremećajima (Brajša-Žganec, 2003).

Poremećaji u ponašanju uglavnom se javljaju u djetinjstvu. Uvjeti za razvoj antisocijalnog ponašanja mogu početi već od prenatalnog razdoblja. Neki uvjeti su kratkog vijeka, međutim neki su prisutni kroz dugi niz godina, kao roditeljski stil ponašanja, njegovi postupci i reakcije. Za proučavanje uzroka eksternaliziranih problema daje se teorija prisile, odnosno majka nagrađuje dijete da bi ispunila njegove zahtjeve, a sebe nagrađuje prestankom njegova ponašanja. Eksternalizirani problemi povezani su s nesposobnošću djeteta da izrazi i regulira svoje emocije. Eksternalizirani poremećaji u istraživanjima usko su povezani sa negativnom emocionalnošću, te takve poremećaje obično imaju ekstrovertirana djeca, sa slabom koncentracijom, te sklonošću negativnoj emocionalnosti. S druge strane djeca sa internaliziranim poremećajima imaju problema u regulaciji emocija, pokazuju malo emocija, znakove depresije, često plaču, te daju neadekvatne odgovore na frustracije te manifestiraju više negativnih emocija kao ljutnju, strah, tugu, stidljivost, bijes. Depresija prema psihoanalitičkom pristupu može biti rezultat agresije prema sebi ili konflikta, a bihevioralni pristup naglašava kako ponašanje osobe ne potiče dovoljno pozitivnih potkrepljenja iz okoline pa dijete postaje pasivno, povlači se u sebe (Brajša-Žganec, 2003).

### **3.6. Dječje prosocijalno ponašanje i agresivnost**

Prosocijalno ponašanje najčešće se definira kao ponašanje kojem je cilj pomoći ili učiniti neku korist drugome. Prosocijalno ponašanje je vid moralnog postupanja koje uključuje društveno poželjna ponašanja poput dijeljenja s drugima, pomaganje i suradnju. Prosocijalno ponašanje se razvija usporedno s djetetovim kognitivnim razvojem, a razvoju doprinose obitelj, vršnjaci i zajednica, odnosno iskustva koje dijete ima u odnosima u tim socijalnim kontekstima svog razvoja. Prosocijalno ponašanje je povezano s nizom pozitivnih razvojnih ishoda, kao što su npr. dobre socijalne veze, osjećaj uspješnosti, kompetentnosti i sl. (Ajduković, Rajhvan-Bulat, Sladović-Franc, 2008). Osoba za prosocijalno ponašanje može biti motivirana iz sebičnih razloga ili zato što stvarno suosjeća i brine za druge. Prosocijalno ponašanje je ponašanje koje se pozitivno vrednuje u društvu. Pokušavanje razumijevanja negativnih i pozitivnih iskustava drugih ljudi, odnosno empatija, također se povezuje sa prosocijalnim ponašanjem. Dok sociobiološke teorije naglašavaju da je altruizam dio nasljedne prirode čovjeka, u Freudovoj psihoanalitičkoj teoriji superego je usmjeren prema moralnim standardima i društvenim vrijednostima i time stvara pretpostavke za razvoj altruističkog ponašanja. Prosocijalno ponašanje može se učiti putem pozitivnog i negativnog potkrepljenja. Za razvoj prosocijalnog ponašanja, također veoma važnu ulogu osim nasljednih čimbenika ima i utjecaj kulture kojoj dijete pripada. Također je razvoj prosocijalnog ponašanja povezan s kognitivnim i moralnim razvojem. Empatija i prosocijalno ponašanje pokazatelji su dječjeg kompetentnog ponašanja i dobrog socioemocionalnog funkcioniranja. Djeca su motivirana ponašanjima razumijevanja i pomaganja drugima (Brajša-Žganec, 2003). Prosocijalno ponašanje je čimbenik zaštite, a agresivno čimbenik rizika. Ono uzrokuje nisko samopouzdanje i samopoštovanje, javljaju se teškoće s koncentracijom. (Ajduković, Rajhvan-Bulat, Sladović-Franc, 2008).

Agresivno ponašanje je zapravo svako ponašanje koje ima namjeru fizičke ili emocionalne povrede. Agresivnost se prema vrsti dijeli na verbalnu i fizičku, a prema uzrocima pojavljivanja na emocionalnu i instrumentalnu agresivnost. Emocionalna agresivnost koja se još naziva impulzivna ili ekspresivna agresivnost, motivirana je emocionalnim promjenama u organizmu, a instrumentalna agresivnost motivirana je težnjom za postignućem nekih vanjskih ciljeva. Također, agresivno se ponašanje počinje manifestirati vrlo rano kod djece. Čak i prije prve godine života dijete ima dovoljno razvijene osobine potrebne za agresivno ponašanje.

Instrumentalna agresija počinje se manifestirati s dvanaest mjeseci, a zlonamjerna se agresija pojavljuje u dobi od 20-23 mjeseca. Sa četiri godine djeca manifestiraju instrumentalnu agresiju kojom uzimaju ili otimaju igračke, a tek kasnije, oko šeste godine javlja se agresija koja je usmjerena na napad na druge. Agresivnost se stabilizira dosta rano, između treće i četvrte godine. Učenje ne može završiti tako rano, pa se stabilnost agresivnosti određuje genetskim faktorom. Socijalnim učenjem, odnosno učenjem po modelu uče se norme i pravila ponašanja na temelju kojih se vrši evaluacija agresivnih reakcija. Roditelji su model za razvoj dječjeg agresivnog ponašanja, pa tako djeca roditelja koji ne prihvataju agresivno ponašanje, ali i ne koriste agresivno ponašanje, odnosno ne kažnjavaju djecu, neće uopće biti agresivna ili će biti u najmanjoj mjeri agresivna. Kompletna interakcija u obitelji utječe na sve vrste ponašanja djece, a vjerojatnost razvoja agresivne ličnosti je veća kada je agresivno ponašanje uočljivo u socijalnoj okolini djece, te ako je okolina permissivnija prema manifestaciji agresije (Brajša-Žganec, 2003).

### 3.7. Regulacija emocija

Sposobnost regulacije emocija razvija se u ranom djetinjstvu iz interakcije s članovima obitelji, odnosno primarnim skrbnicima, i iz dječjeg prirodnog temperamenta. Već u prvom mjesecu nakon rođenja dijete postiže stabilnost u funkcioniranju, a kad se ona naruši, upućuje okolini signale, tražeći odgovore iz okoline. **Roditelji tješe dijete i time reguliraju njegove emocije.** U dobi od godine dana organizacija dječjeg afektivnog, kognitivnog i bihevioralnog sustava omogućuje da dijete i majka ili drugi primarni skrbnik reguliraju njegove emocije. Nešto kasnije, dijete razvija proces samoregulacije, počinje misliti o događajima te pronalazi različite načine njihove interpretacije, čime se umiruje. Proces samoregulacije odvija se kroz proces procjene događaja, vrednovanja konteksta te odabira i kontrole emocionalnog izražavanja i ponašanja. Dijete u interakciji s okolinom nauči modificirati svoje emocije, nositi se s frustracijom, uživati u drugima, prepoznati opasnost, prevladati strah i tjeskobu kako bi postiglo uspješno interpersonalno funkcioniranje (LaFreniere, 2000; Oatley i Jenkins, 2000; VanderZander, 1993; prema Brajša-Žganec, 2003).

Regulacija emocija uključuje prikrivene, kao i jasno izražene, strategije promjena u intenzitetu i trajanju emocionalnog iskustva i izražavanja emocija. Prema Thompsonu (1994), pod pojmom regulacije emocija podrazumijevaju se ekstrinzični i intrinzični procesi odgovorni za nadzor, evaluaciju i modifikaciju emocionalnih reakcija, posebno njihova intenziteta i privremenih karakteristika u postizanju cilja. Kontrola dječjeg ponašanja doprinose dječje sposobnosti upotrebe govora, samostalno kretanje i razvojne promjene u dječjoj neurofiziologiji. Proces koji upravlja dječjim reakcijama zasnivaju se na stečenim znanjima, iskustvu, prijašnjim ponašanjima i biološkim činiocima (Brenner i Salovey, 1997; Rothbart, 1989b; prema Brajša-Žganec, 2003). U literaturi se o aspektima regulacije emocija raspravlja s različitih stajališta. Autori koji istražuju dimenzije temperamenta, pod regulacijom emocija podrazumijevaju procese povezane s fokusom pažnje, promjenom fokusa pažnje te inhibitornom kontrolom (Kochanska i sur., 1996; Kochanska i sur., 1997; Kochanska i sur., 2000; Rothbart, 1989a,b; prema Brajša-Žganec, 2003). Karakteristike dječjeg temperamenta povezane s reaktivnosti također doprinose regulaciji emocija tako što dječja emocionalnost utječe na dječji stil regulacije emocija i obrnuto (Eisenberg i sur., 1995; Olson, 1989; Rothbart i sur.

1994; prema Brajša-Žganec, 2003). Pod regulacijom emocija može se smatrati i prevladavanje negativnih emocija u stresnim situacijama (Champion i sur., 1995; Eisenberg i sur., 1997b; Goodyer, 1990; Lazarus, 1991; Lazarus i Folkman, 1987; prema Brajša-Žganec, 2003).

#### **4. EMOCIONALNA INTELIGENCIJA**

„ Psihološka istraživanja pokazuju da su djeca koja su svladala vještine emocionalne inteligencije vedrija, samopouzdanija i uspješnija u školi. Što je još važnije, te vještine pomažu djeci da izrastu u odgovorne, pouzdane i produktivne osobe.“ (Shapiro, 1997, str. 6)

Pod nazivom emocionalna inteligencija ubrajamo osobine kao što su: empatija, izražavanje vlastitih i tuđih osjećaja, samosvladavanje, neovisnost, prilagodljivost, omiljenost, sposobnost rješavanja problema u suradnji s drugima, upornost, prijateljsko ponašanje, ljubaznost i poštovanje.

Emocionalna inteligencija nije mjerljiva kao što je to kvocijent inteligencije ( IQ). Od iznimne je važnosti jer je određena djetetovim karakterom i njome se mogu procijeniti djetetove reakcije i emocije. Emocionalna inteligencija i IQ ne ovise jedno o drugom. Dijete može imati razvijen IQ, no emocionalno je zaostalo, ili obrnuto. Emocionalna inteligencija nije u velikoj mjeri genetski uvjetovana pa postoji mogućnost ispravljanja propusta i tako se može utjecati na djetetove izgleda za uspjeh. Naš se mozak dijeli na misleći dio, odnosno korteks i emocionalni dio odnosno limbički sustav. Ta dva dijela usko su povezana jer emocionalni dio reagira brže i snažnije, dok korteks djeluje kao prigušivač te omogućava da odgodimo reakciju. Temperament stvara temelj za daljnji emocionalni razvoj. Na dječji emocionalni razvoj se može uvelike utjecati i može se mijenjati. Ukoliko npr. dijete bude plaho i pasivno, na roditeljima je kako će se prema njemu odnositi, da li će to biti zaštitnički pa će se ono sve više zatvarati u sebe ili će postaviti granice i postavljati izazove i prepreke, pa će se dijete razviti u otvorenu i društvenu osobu. Za odgoj emocionalno inteligentne djece najadekvatniji je autoritativni oblik roditeljstva. Za razliku od autoritarnog kojem je naglasak na redu i tradiciji i permisivnog koji zagovara nježnost i razumijevanje bez postavljanja granica, autoritativni oblik uspostavlja ravnotežu između postavljanja jasnih granica i nježnosti. Pomoću te ravnoteže dijete uglavnom postaje samopouzdan, neovisan, maštovit i prilagodljiv pojedinac. Djeci je potrebna afirmativna ljubav odnosno ljubav koja proizlazi iz provođenja vremena s djecom i pružanja podrške. Svaki bi roditelj trebao izdvojiti posebno vrijeme za igru s djecom. Kroz igru će roditelji bolje upoznati svoje dijete i pružiti mu sigurnost kojom će se lakše otvoriti prema drugima. Uz afirmativnu ljubav veže se i afirmativna disciplina. Djeci se trebaju postaviti jasna pravila i granice i treba ih se strogo pridržavati. Pravila treba detaljno objasniti



zašto ona postoje i što se događa kada ih prekršimo. Komunikacija je ključan element kako bi dijete shvatilo posljedice za njegovo loše ponašanje. Dijete treba najprije upozoriti kada bi moglo doći do neprimjerenog ponašanja, kako bi se naučilo samokontroli. Neki od metoda discipliniranja su: ukor, stajanje u kutu, oduzimanje privilegije; pri čemu se mora paziti da se ne oduzima nešto što je bitno za djetetov razvoj, ponavljano ispravljanje grešaka i bihevioralni sustav bodova kojim se za pozitivno ponašanje dobivaju bodovi a za negativno oduzimaju (Shapiro, 1997).

Kako bi postali emocionalno zrele osobe djeca moraju razviti moralne emocije. Dijete mora naučiti razlikovati dobro i zlo, mora razviti svijest, uvažavanje i osjećaj odgovornosti u odnosu na druge ljude, te kada prekrši moralne norme trebalo bi doživjeti negativne emocionalne reakcije. Pozitivne emocije koje su vezane uz moralni razvoj su empatija i brižnost. Djeca koja imaju razvijenu empatiju manje su agresivna i svoju energiju usmjeravaju na pomaganje i davanje. Dijete već u prvoj godini osjeća empatiju kada npr. počne plakati za drugom djecom. U drugoj godini dijete dolazi do drugog stadija empatije, a taj je shvaćanje kako neraspoloženje drugog djeteta nije i njegovo vlastito. Dijete zatim pokušava utješiti drugu osobu ali još ne zna kako, pa dolazi do empatične konfuzije. U šestoj godini dolazi do kognitivne empatije. Dijete sada puno jasnije prepoznaje kada je netko žalostan bilo da ta osoba pokazuje osjećaje ili ne. Može se staviti u perspektivu druge osobe i postupati u skladu s tim. Djecu također treba naučiti čestitosti i iskrenosti. Ukoliko dijete odrasta u domu gdje je laž uobičajena pojava i ono će s vremenom početi sve više lagati (Shapiro, 1997).

Kako postoje pozitivne moralne emocije, postoje i negativne emocije poput stida i krivnje. U današnje vrijeme ljudi teže tome da što više ugađaju djeci, a s time i popuštaju. Iako roditelji na taj način iskazuju svoju ljubav, djeci su potrebna pravila i granice kako bi razvili empatiju i moralno ponašanje. Negativne emocije ostavljaju puno jači trag na djeci nego one pozitivne, što znači da je jači utjecaj negativnih emocija na moralnost. Ako dijete osjeća krivnju za svoje negativno ponašanje bit će u mogućnosti promijeniti se (Shapiro, 1997).

#### **4.1.Obitelj i emocionalno funkcioniranje**

„S promjenama u strukturi mijenja se i emocionalni život obitelji, međusobni odnosi i cjelokupno funkcioniranje, koje se odražava na zadovoljstvo različitim komponentama obiteljskog života. Obiteljska kohezivnost se odnosi na stupanj međusobne emocionalne povezanosti članova obitelji (Bloom, 1985), a važno je i zadovoljstvo različitim komponentama obiteljskog funkcioniranja (Smilkstein, 1992). Jedan od načina ispitivanja emocionalnog života obitelji su meta-emocije. Glavne dimenzije ovog koncepta su svjesnost vlastitih i dječjih emocija i postupanje s dječjim (negativnim) emocijama tuge i intenzivne ljutnje. Svjesnost vlastitih emocija je sposobnost razgovaranja o svojim emocijama na različite načine, iskustvo s emocijama i mogućnost razlikovanja emocija. Svjesnost dječjih emocija uključuje sposobnost opisivanja dječjih znanje što uzrokuje emocije kod djeteta, sposobnost razgovaranja o dječjem emocionalnom iskustvu i zainteresiranost za dječje emocije. Upravljanje dječjim emocijama uključuje pomoć djetetu da na verbalnom nivou izrazi emocije, ispitivanje situacije koja je uzrokovala neku dječju emociju, povremeno tješnje djeteta, poučavanje djeteta načinima izražavanja emocija, poučavanje djeteta o prirodi emocija te o strategijama kako da se nosi s emocijama (Gottman, Katz i Hooven, 1996, 1997;Katz, Maliken i Stettler, 2012).

Istraživanja uloge obiteljskog funkcioniranja za dječju psihosocijalnu prilagodbu upućuju na važnost karakteristika obiteljske kohezivnosti, prilagodljivosti, te emocionalnog života obitelji (Bloom, 1985; Brajša-Žganec, 2014; Gottman i sur., 1997; Olson i Gorall, 2003; Smilkstein, 1992). U razvoju djeteta obitelj je glavni izvor socijalizacije, a kroz razvoj, s obzirom na potrebe djeteta, mijenjaju se i odnosi unutar obitelji kao sustava. U ranom razvoju djeteta vrlo je važna dobra obiteljska kohezija.“ (Brajša-Žganec, 2003.) Danas se na obitelj gleda kao na složenu i povezanu cjelinu, odnosno na sustav koji se sastoji od više podsustava, koji zajedno čine dio šireg sustava. Oni žive u međusobnoj interakciji .

#### **4.2. Koncept roditeljskih metaemocija i dječje psihosocijalne prilagodbe**

Metaemocije predstavljaju osjećaje o osjećajima, odnosno analizu vlastitih osjećaja. Svaki čovjek različito pristupa emociji. Neki se ljudi teško nose s ljutnjom, pa kada su ljudi, vidno su uzrujani, doke se drugi osjećaju dobro u odnosu na svoju sposobnost izražavanja ljutnje, a postoje i oni koji o ljutnji misle neutralno, ni dobro, ni loše. Prema teorije emocionalne inteligencije ljudi se razlikuju u svjesnosti i regulaciji vlastitih emocija kao i vlastitom sposobnošću upravljanja svojim i tuđim osjećajima. Pod pojmom strukture metaemocija misli se na osjećaje o emocijama, na svjesnost emocija te na postupanje s dječjim emocijama na emocionalnom i kognitivnom planu. Roditeljski osjećaji i mišljenje o vlastitim emocijama i razlog zašto se tako ponašaju čine strukturu metaemocije. Postoje tri dimenzije strukture metaemocija, a to su svjesnost vlastitih emocija, svjesnost dječjih emocija, te upravljanje dječjim emocijama. Tako nadalje svjesnost vlastitih emocija predstavlja sposobnost razgovora o emocijama, iskustvo s emocijama i mogućnost razlikovanja istih. Svjesnost dječjih emocija uključuje sposobnost opisivanja dječjih emocija, znanje o uzroku dječjih emocija, razgovor o dječjem emocionalnom iskustvu i zanimanje za dječje emocije. Upravljanje dječjim emocijama predstavlja pomoć djetetu da se verbalno izrazi, podučavanje djeteta prirodi emocija, te upoznavanje strategijama nošenja s emocijama. Osnovna je postavka modela roditeljska svjesnost o emocionalnom životu djeteta i pokušaju uspostavljanja emocionalne veze sa djetetom (Brajša-Žganec, 2003).

#### **4.3. Emocionalni život u obitelji**

Mnoga istraživanja posljednjih godina propituju odnos između braka roditelja i emocionalnog i socijalnog razvoja djece. Dokazano je kako brak roditelja ima veliku važnost u emocionalnom i socijalnom razvoju djece, odnosno, funkcioniranja roditeljskog odnosa može uvelike utjecati na dijete. Međutim, sam njihov odnos, naravno, ne snosi jedinu odgovornost za djetetov emocionalni i socijalni razvoj. Postoji bezbroj primjera kako isti roditeljski odnos, ima različite posljedice na dijete. Tako će roditelji koji nemaju pozitivan odnos i koji često vlastite probleme rješavaju uvredama, psovkama, emocionalnim, ponekad čak i fizičkim kažnjavanjem imati različiti utjecaj na djecu, nerijetko čak i iz iste obitelji. Postoje slučajevi koji pokazuju kako braća iz iste obitelji, sa istim problemima, imaju različite odnose prema spomenutim problemima. Jedno dijete je iz cijelog odnosa svojih roditelja izvuklo veliku pouku, te nije dopustilo da ga on pokoleba u životu, te je odlučilo poduzeti sve što je u njegovoj moći da nikada ne dopusti da mu se dogodi isto. Uložiti će maksimalan napor u ostvarenju vlastitih snova, te neće dopustiti da ga takva životna situacija u tome spriječi. Međutim, drugo dijete koje dolazi iz iste spomenute obitelji, izgubit će se pod njezinim teretom. Povlači se, te se sa nedaćama vlastitih roditelja nosi na svoj, za njega lakši put. Nije zainteresirano za ikakav trud da svoj život učini boljim, već se miri sa sudbinom na način da sklonište pronalazi u nekolicini prijatelja koji mu pokazuju načine kako da život učini boljim mjestom. A ti načini gotovo uvijek su alkoholiziranje, nerijetko konzumacija droge, te tako gotovo svakog dana, ne bi li lakše prebrodilo probleme uz koje svakodnevno živi u domu roditelja. Dakle, dvoje djece iz obitelji sa istim problemima, nose se sa životnom situacijom, na dva potpuno različita načina.

Jedno se istraživanje bavilo proučavanjem veza između braka roditelja i emocionalnog i socijalnog razvoja djece, pokazalo je kako je važan posrednik u tom odnosu razvoj dječje sposobnosti reguliranja emocija. Pod sposobnošću reguliranja emocija oni smatraju sposobnost inhibiranja neprikladnih negativnih reakcija, sposobnost samoumirivanja, te sposobnost usmjeravanja pažnje u službi vanjskog cilja. U istraživanjima utjecaja kvalitete braka roditelja na dječju psihosocijalnu prilagodbu Gottman i suradnici pronašli su razlike u iskustvu, stavovima koje roditelji imaju o vlastitim emocijama, emocijama djece, te filozofiji. Neki roditelji tvrde kako ne dopuštaju iskazivati ljutnju ni djeci ni sebi. Međutim, drugi roditelji

smatraju da je ljutnja prirodna, međutim ignoriraju ljutnju kod djece. Drugi pak roditelji traže urok ljutnji te jačaju njenu ekspresiju. Sličnost reagiranja roditelja je i na emociju tuge. Neki roditelji umanjuju tugu i vlastitu i tugu djece, dok drugi smatraju da je osjećaj tuge važan, te proučavaju djecu načinima upravljanja emocijom tuge. Također, istraživanja dokazuju da postoje spolne razlike u odnosima prema emocijama. Tako su recimo očevi manje svjesni tuge, te manje pomažu djetetu kada je tužno. Očevi veću zainteresiranost pokazuju za djetetovu ljutnju, dok su majke više povezane s tugom djeteta. Prema istraživanju Gottmana i suradnika, zaključeno je da je za zdravu obitelj u kojoj vladaju zdravi bračni odnosi, vezano međusobno komuniciranje i metakomuniciranje, prihvaćanje i zadovoljstvo. Također je naglašena važnost uloge emocija u obitelji za dječji socijalni i emocionalni razvoj, dječju psihosocijalnu prilagodbu, a posebno emocionalnu i socijalnu kompetenciju (Brajša-Žganec, 2003).

## **5. ZAKLJUČAK**

Utjecaj roditeljskog odgoja na emocionalni razvoj djeteta ima veliku važnost. Tako će autoritativan roditelj koji rezultira maksimalnom potporom i poštovanjem, uz postavljanje jasnih granica ponašanja, koji je otvoren, pokazuje ljubav, pruža potporu djetetu, potiče ga, ali uz sve pozitivne osobine, jasno daje djetetu određena ograničenja, imati pozitivne učinke na razvoj djeteta, djeca autoritativnih roditelja imaju pozitivnu sliku o sebi, izrazito su razvijenih socijalnih vještina, sposobnosti regulacija emocija, te manifestiraju pozitivne oblike ponašanja. Dok roditelji koji su autoritarni, popustljivi i zanemarujući imaju negativan utjecaj na emocionalni razvoj djece, te ona nerijetko iskazuju antisocijalna ponašanja, nisu emocionalno zreli, ili su povučena i ne iskazuju svoje emocije, ili ih pretjerano iskazuju, odnosno kroz negativne oblike ponašanja iskazuju nezadovoljstvo.

Iako roditeljski odgoj ima neupitnu važnost kod emocionalnog razvoja djece, ipak postoje i brojni drugi činitelji koji također imaju važnost, kao temperament djeteta, osobnost djeteta, okolinski faktori, kultura u kojoj odrasta, vršnjaci, te šira društvena zajednica. Svatko snosi odgovornost u emocionalnom razvoju djeteta. Djeca uče po modelu, tako pokazujući im pozitivne oblike ponašanja i iskazujući vlastite osjećaje i samo dijete postići će zadovoljavajući emocionalni razvoj.

## LITERATURA

- 1) Ajduković, M., Rajhvajn Bulat, L., Sladović Franc, B. (2008). Agresivno i prosocijano ponašanje djece u dječjim domovima, *Ljetopis socijalnog rada*, 15(4), 185-213.
- 2) Berk, L. (2008). *Psihologija cjeloživotnog učenja*. Zagreb. Naklada Slap.
- 3) Brajša-Žganec, A. (2003). *Dijete i obitelj, emocionalni i socijalni razvoj*. Zagreb. Naklada Slap.
- 4) Brooks, B., Goldstein, S. (2005). *Otporna djeca, njegovanje djetetove snage, nade i optimizma*. Zagreb. NERETVA d.o.o.
- 5) Juul J. (2008). *Život u obitelji, najvažnije vrijednosti u zajedničkom životu i odgoju djece*. Zagreb. Naklada Pelago.
- 6) Jurčević Lozančić, A., Kunert, A. (2015). Obrazovanje roditelja i roditeljska pedagoška kompetencija, teorijski i praktični izazovi, *Metodički obzori: časopis za odgojno-obrazovnu teoriju i praksu*, 10(2), 39-48.
- 7) Klarin, M. (2006). *Razvoj djece u socijalnom kontekst*. Zagreb. Naklada Slap.
- 8) Pernar, M. (2010). Roditeljstvo, *Medicina Fluminensis*, 46(3), 255-260.
- 9) Polić, M. (2006). Odgoj i pluralizam, *Filozofska istraživanja*, 26(1), 27-36.
- 10) Raboteg-Šarić, Z., Sakoman, S., Brajša-Žganec, A. (2002). Stilovi roditeljskog odgoja, slobodno vrijeme i rizično ponašanje mladih, *Društvena istraživanja: časopis za opće društvena pitanja*, 11(2-3), 239-263.
- 11) Shapiro, L. (1998). *Kako razviti emocionalnu inteligenciju djeteta*. Zagreb. Mozaik knjiga.
- 12) Sindik, J. (2008). Povezanost karakteristika temperamenta i spremnosti djece za školu, *Magistra Iadertina*, 3(1), 147-169
- 13) Slunjski, E. (2013). *Kako djetetu pomoći da... upozna svoje emocije (i nauči njima upravljati)*. Zagreb. Element d.o.o.
- 14) Starc, B., Obradović, Č., Pleša, A., Profaca, B., Letica, M. (2004). *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi, priručnik za odgojitelje, roditelje i sve koji odgajaju djecu predškolske dobi*. Zagreb. Golden marketing.

## **KRATKA BIOGRAFSKA BILJEŠKA**

Zovem se Magdalena Hokman. Rođena sam 9.11.1995. u Čakovcu. Pohađala sam Osnovnu školu Novi Marof. Nakon završene osnovne škole upisala sam Gospodarsku školu u Varaždinu, smjer Upravni referent, a potom sam upisala Preddiplomski sveučilišni studij Ranog i predškolskog odgoja na Učiteljskom fakultetu Zagreb, odsjek u Čakovcu, kako bi stekla potrebno znanje i kompetencije za rad u zanimanju odgojiteljice.